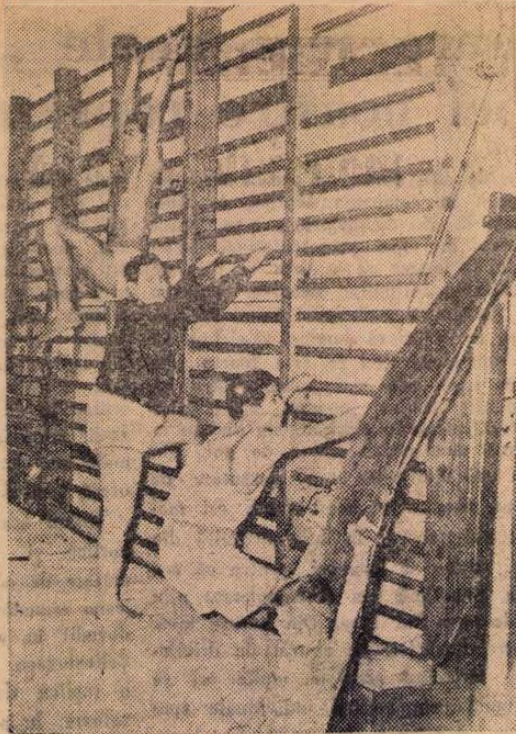
Colaborare bună între medici, antrenori și sportivi

O colaborare temeinică și continuă între medici, antrenori și sportivi constituie o garanție în desfășurarea pe baze științifice a procesului de instruire, pentru creșterea măiestriei sportive.

Asemenea exemple de colaborare și activitate laborioasă ni le oferă modul cum lucrează Cabinetul de cultură fizică medicală din Brașov și Dispensarul regional de cultură fizică de la Tg. Mureș.

Rezultate remarcabile obține în activitatea sa Cabinetul de cultură fizică medicală condus de doctorul Laurian Taus, fost campion și recordman republican de atletism. Avînd un personal tehnic de specialitate competent, Cabinetul și-a adus o importantă contribuție la rezultatele frumoase înregistrate de sportivii din orașul de la poalele Tîmpei. În anul 1962, de pildă, au fost efectuate peste 23.000 de controale medicale și tratamente. O bună parte din tratamente au fost urmate în sala de gimnastică medicală, utilată cu spaliere, aparat pentru extensie, bancă de gimnastică, masă extensor etc., ceea ce ajută direct la fortificarea pacienților. De altfel, în această sală au mai primit îngrijirile necesare și alți oameni ai muncii cărora medicii le-au indicat diferite exerciții în urma unor traumatisme, sau deficiențe fizice.



În sala de gimnastică de pe lîngă Cabinetul de cultură fizică medicală din Brașov
Foto: Gh. Corcodel

Printre sportivii care s-au bucurat de asistență medicală se numără fotbaliștii Zaharia, Filimon, Szigeti, Campo de la Steagul roșu, schioara Erika Liebhardt, hocheistul Carol Antos, voleibalistele Rafira Mera și Gizela Vlad și alți sportivi din localitate. Ducînd cu pasiune o muncă stăruitoare, medicii și întregul personal sanitar de la Cabinetul de cultură fizică medicală din Brașov vor veghea permanent la întărirea sănătății și dezvoltarea fizică armonioasă a sportivilor.

La Tg. Mureș, controlul medical al sportivilor este asigurat de către Dispensarul regional de cultură fizică condus de dr. Edmund Balogh. În cadrul acestui dispensar mai lucrează medici specialiști ca Ioan Dorgo, Emeric Halmagyi, medici secundari cum sînt Eugen Duma și Petre Bendiu care se străduiesc să acorde o asistență medicală calificată sportivilor.

Cîteva aspecte din activitatea dispensarului.

În primele 15 zile ale lui ianuarie au fost efectuate 360 de consultații și tratamente. Sportivii fruntași sînt supuși unui examen medical general și unuia funcțional medico-sportiv. Apoi, se alcătuiesc fișe medico-sportive unde sînt trecute periodic însemnări privind dezvoltarea fizică și alte diferite date.

Printre primii care au trecut examenul periodic se numără fotbaliștii și patinatorii de la clubul orășenesc Mureșul, baschetbaliștii de la C.S.Șc. Harghita, jucătorii de fotbal ai asociației sportive Rapid. În ziua cînd am vizitat dispensarul, portarul echipei de fotbal Rapid, Desideriu Roșonți, maistru la secția autobuze a întreprinderii I.R.A. nr. 2 din localitate, făcea un tratament de raze ultra-scurte și parafinoterapie pentru vindecarea unei leziuni mai vechi la genunchi.

Pe lîngă dispensar funcționează o secție de cultură fizică medicală pentru corectarea deficiențelor fizice. Aici lucrează cu multă tragere de inimă trei profesori specialiști în cultura fizică medicală: Arcadiu Camenițchi, Eva Ovici și Maria Urzică. Au fost obținute rezultate bune în munca cu copiii și adulții care au diferite deficiențe fizice.

Iată așadar, cum înțeleg lucrătorii acestui dispensar regional de cultură fizică să-și aducă la îndeplinire sarcinile privind asigurarea sănătății și întăririi fizice a sportivilor pentru obținerea de noi și valoroase performanțe.

C. GRUIA și I. PĂUȘ
coresp. reg.

Cum trebuie să ne pregătim pentru etapa de iarnă a „Alpiniadei R. P. R."–1963

În primele 10 zile ale lunii martie a.c., în masivul Retezat se va desfășura etapa de iarnă a *„Alpiniadei R.P.R."*. Pentru a se prezenta cît mai bine la această mare confruntare a forțelor, alpiniștii au datoria să se pregătească cu seriozitate pentru că, de o bună pregătire depinde succesul. A fi superficial, a lăsa totul sau chiar numai anumite amănunte la voia întîmplării, înseamnă a da greș. Dar să vedem, practic, ce avem de făcut? Răspunsul este: să ne pregătim temeinic atît din punct de vedere fizic cît și material.

Pregătirea fizică se obține prin antrenament. Zi de zi, alpiniștii trebuie să facă o oră-două mișcare în aer liber. Să-și oțelească corpul evitînd paltoanele, blănurile, căciulile etc. compensînd lipsa acestei îmbrăcăminți prin mișcare. La fiecare sfîrșit de săptămînă este indicat să se facă o excursie la munte, combinînd schiul cu turele alpine de altitudine și lungă distanță. Dacă nu putem pleca pe munte chiar în fiecare duminică, antrenamente pe schi sau cu piciorul, pe distanțe lungi, se pot face și în împrejurimile orașului. La antrenamentul de sfîrșit de săptămînă e bine să mergem cu rucsacul încărcat, pentru a ne obișnui cu căratul greutăților. De regulă, în etapele de iarnă ale „Alpiniadei R.P.R." fiecărui sportiv îi revine de cărat o sarcină de 15—20 kg în afara schiurilor.

Pregătirea fizică este necesară, dar nu suficientă. O a doua condiție esențială este pregătirea materialului necesar realizării turelor. Astfel, echipamentul sportiv și materialul tehnic va trebui pregătit din timp. Toate obiectele din inventarul nostru alpin trebuie revizuite, verificate, reparate, înlocuite dacă e cazul. Cel mai important este bocancul. Verificarea lui se face duminică de duminică cu prilejul ieșirilor la munte, iar întreținerea lui trebuie făcută cu multă grijă. La acest capitol, al încălțămintei, intră și preocuparea alpiniștilor de a se îngriji ca zăpada să nu intre pe sus în bocanci. De aceea, manșetele speciale vor fi verificate și puse la punct.

Multă grijă va trebui să acordăm schiurilor, legăturilor, pieilor de focă, sculelor de reparat schiurile, colțarilor, corzii de 8—10 mm, pioletului, ochelarilor pentru zăpadă și, bineînțeles, materialului de bivuac.

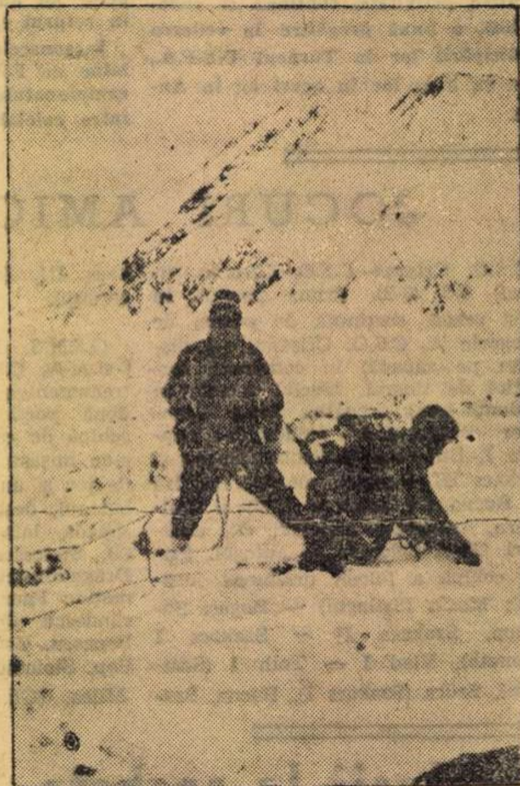
Pentru echipele începătoare în acest domeniu, procurarea și punerea la punct a materialului de bivuac reprezintă cea mai dificilă parte a pregătirii echipamentului. Dacă materialul de bivuac este de proastă calitate, vom prefera să ne confecționăm singuri cortul, sacii de dormit și pufoaicele. În locul saltelelor pneumatice vom prefera preșurile de burete din cauciuc sau din material plastic. De cea mai mare importanță este primusul, care trebuie să funcționeze impecabil. Tot acest material de bivuac va fi încercat din timp, dormind o noapte sau mai multe în cort, în condițiile care presupunem că le vom întîlni în Retezat: zăpadă, ger, viscol.

Importantă, dar de cele mai multe ori neglijată din comoditate și optimism („lasă, că nu se întîmplă nimic!"), este trusa de medicamente și prim ajutor, care este necesar să cuprindă, în afara obișnuitelor... antinevralgice și creme de protecție contra efectelor soarelui și gerului, vitamine, fașe etc.

În sfîrșit, ca un corolar al acestor pregătiri, este de dorit să facem o tură alpină mai lungă, de 3—4 zile, în care vom parcurge un traseu de genul celor din masivul Retezat. Aceasta ca o repetiție generală și o verificare definitivă a pregătirii fizice și a echipamentului.

Urmînd sfaturile arătate mai sus, vom lua startul bine antrenați.

ing. V. KARGEL



Moment de regrupare, cu puțin înainte de a se ajunge pe culmea Retezatului

ATLETISM

O FRUMOASĂ INIȚIATIVĂ,

DIVIZIA PENTRU COPII

De trei duminici, consecutiv, sala Floreasca II are drept oaspeți sportivi pînă la vîrsta de... 14 ani. I-a adus aici pasiunea pentru atletism manifestată încă din toamnă, cu ocazia întrecerilor din cadrul „Cupei orașului București". Cei mai talentați copii remarcați atunci (2000 de participanți la finala de pe stadionul Republicii!) au fost îndrumați către școlile sportive de elevi, Clubul sportiv școlar și celelalte cluburi bucureștene. Acum, iată-i la primul concurs oficial al anului: *divizia de atletism pentru copii*.

Inițiativa organizării acestei competiții aparține comisiei orășenești de specialitate și ea merită, desigur, toată prețuirea.

Competiția la care ne referim se desfășoară — dat fiind vîrsta concurenților — sub forma unui triatlon compus din următoarele probe: *50 m plat, săritura în lungime* și *săritura în înălțime.* Întrecerea are loc la nivelul reprezentativelor de raioane.

Duminica trecută sala de la Floreasca II a fost din nou arhiplină. La start — reprezentanții raioanelor 23 August, 30 Decembrie, Grivița Roșie și 1 Mai. Concursul a relevat, în primul rînd, buna pregătire a micilor atleți din raionul 23 August. Faptul își are explicația în munca susținută care se desfășoară în cadrul celor trei nuclee atletice existente în acest raion: *centrul experimental de la stadionul „23 August", Școala sportivă de elevi nr. 2* și *clubul sportiv Metalul.*

Pe probe, concursul a dat următorii cîștigători: FETE, *50 m:* Angela Marin (23 August) 7,4; *lungime:* Doina Anghel (23 August) 4,47; *înălțime:* Adriana Ciubotaru (1 Mai) 1,38 m; BĂIEȚI, *50 m:* Mihai Olteanu (23 August) 6,7; *lungime:* Paul Rujan (1 Mai) 4,83 m; *înălțime:* Ion Bolohan (23 August) 1,45 m.

T. STAMA

P. S. Succesul acestei inițiative a făcut ca ea să fie extinsă. Astfel, începînd de duminică, în concurs au intrat gimnaștii și înotătorii. Este un fapt pozitiv care confirmă grija consiliului orășenesc UCFS București pentru antrenarea în activitatea sportivă organizată a tineretului școlar.

De la I.E.B.S.

Biletele pentru turneul de selecționare a boxerilor fruntași de la sala Floreasca de azi 5 februarie ora 19,30 se găsesc de vînzare la casele de bilete din str. Ion Vidu și agenția Pronosport din cal. Victoriei nr. 2 iar seara la casele complexului sportiv Floreasca.

Incepînd de miercuri 6 februarie se pun în vînzare la aceleași case, bilete pentru următoarele întîlniri internaționale: BASCHET: Rapid — Partizan Novisad (feminin) din 8 II ora 17 și 10. II. ora 16,30 de la sala Floreasca.

VOLEI: Rapid — Galatasaray în cadrul „C.C.E." de duminică 10. II ora 18 de la sala Floreasca.

HOCHEI PE GHEAȚA: R.P.R.—R.P.F.I. de sîmbătă 9 II. ora 19 de la patinoarul artificial.

BOX

Campionii orașelor Reșița, Timișoara și Galați

Intrecerile din cadrul campionatului republican individual de juniori și ale concursului de calificare seniori continuă să se dispute în toată țara. Astfel, la Reșița, după cum ne comunică corespondentul *I. Plăvițu*, peste 50 de boxeri din cadrul asociațiilor sportive Metalul Bocșa, Tînărul Metalurgist și cei de la C.S.M., și-au disputat întîietatea pentru a desemna noii campioni ai orașului. Aceștia sînt următorii: JUNIORI: N. Negrea (C.S.M.), P. Nedelcu (C.S.M.), M. Preotescu (C.S.M.), I. Orbulescu (T.M.), P. Scobarcea (T.M.), E. Guzgă (C.S.M.), V. Ionescu (C.S.M.), A. Codar (C.S.M.), Gh. Aga (C.S.M.), I. Balaj (C.S.M.). SENIORI: Șt. Munteanu (T.M.), N. Keresy (M.B.), V. Selesy (C.S.M.), M. Cască (C.S.M.), I. Hodoșan (T.M.), I. Slibuț (T.M.), P. Pepa (M.B.), P. Azop (C.S.M.), Gh. Mamut (C.S.M.), A. Iovarschi (M.B.).

● La Timișoara — ne relatează corespondentul nostru regional *Al. Gross* — întîlnirile din etapa orășenească a campionatului republican de juniori au fost foarte disputate. Iată rezultatele tehnice: M. Cosma b.p. I. Căplescu (ambii de la C.S.Ș. Banatul); F. Sîrbu (C.S.O.T.) b.p. Gh. Pavel (C.S.Ș.), P. Polschi (C.S.Ș.) b.ab. I. Bostineanu (C.S.Ș.), F. Oppeltz (C.S.Ș.) b.ab. 2. R. Bicskei (C.S.O.T.), Z. Cirin (C.S.Ș.) b. p. N. Săbăduș (C.S.O.T.), E. Szolosi (C.S.S.) b. ab. Gh. Duma (C.S.O.T.). S-au mai calificat pentru etapa regională, următorii boxeri: I. Nemet (C.S.O.T.), M. Marconi (C.S.Ș.), G. Kiss (C.S.Ș.), P. Muca (C.S.Ș.), A. Pavlovici (C.S.Ș.) și Gh. Franz (C.S.O.T.).

● Noii campioni — juniori și seniori — ai orașului Galați, ne-a transmis corespondentul *A. Schenkman*, au fost desemnați recent, cu prilejul reuniunii din sala I.C.O.R. Iată-i: JUNIORI: V. Potolea (C.S.O.), I. Radu (C.S.O.), A. Agatel (Dinamo), Șt. Constantin (C.S.O.), Gh. Vasilescu (Metalosport), M. Pintilie (C.S.O.), Gh. Vanghele (Dinamo), N. Calan (I.C.O.R.). SENIORI: M. Bengoi (C.S.O.), Gh. Dănilă (C.S.O.), P Buti (C.S.O.), M. Săvescu (C.S.O.), V. Buti (C.S.O.), E. Niță (Gloria C.F.R.), A. Samate (C.S.O.), M. Spiru (I.C.O.R.).

PRIMUL CONCURS SPECIAL PRONOEXPRES-1963

După cum știți, mîine va avea loc tragerea primului concurs special Pronoexpres al anului. Acest concurs special prezintă un interes deosebit în rîndul participanților din mai multe motive, printre care:

— se extrag în total 20 de numere față de 16 cîte se extrăgeau la concursurile speciale organizate pînă acum. Ca atare SANSELE DE CIȘTIG au crescut considerabil;

— se fac trei extrageri de numere (o extragere de 8 numere din 49 — 6 de bază și 2 de rezervă — pentru premiile obișnuite în bani și două extrageri de cîte 6 numere din 49, pentru atribuirea de premii suplimentare în obiecte și bani — pe 6 categorii de premii fiecare;

— se atribuie numeroase premii suplimentare printre care: 2 AUTOTURISME „MOSKVICI" MOTOCICLETE, SCUTERE, FRIGIDERE ARAGAZURI, TELEVIZOARE, APARATE DE RADIO, MAȘINI DE SPALAT RUFE, CEASORNICE DE MINA, COVOARE etc;

— de asemenea, un alt punct de atracție îl constituie și faptul că la acest concurs special se participă și cu buletinele abonament cumpărate pe luna februarie a.c. Deci, iată un motiv să vă procurați încă buletinele abonament Pronoexpres pe luna februarie, care participă și la concursul special Pronoexpres de mîine.

Iată acum încadrarea variantelor cîștigătoare în cele 6 categorii de premii ale celor două extrageri de cîte 6 numere pentru premiile suplimentare:

— categoria I (cîștigă variantele care au indicat toate cele 6 numere extrase);

— categoria a II-a (variantele care au indicat 5 din primele 5 numere extrase);

— categoria a III-a (variantele care au indicat 5 din toate cele 6 numere extrase);

— categoria a IV-a (variantele care au indicat 4 din primele 4 numere extrase);

— categoria a V-a (variantele cu 4 din primele 5 numere extrase);

— categoria a VI-a (variantele cu 4 din toate cele 6 numere extrase).

Pentru a vă putea înscrie numele pe lista cîștigătorilor la acest concurs special Pronoexpres, listă care se anunță a fi destul de cuprinzătoare trebuie să vă grăbiți cu depunerea buletinelor deoarece astăzi este ultima zi în care mai puteți juca!

CONCURS SPECIAL
PRONOEXPRES
SE EXTRAG ÎN TOTAL 20 NUMERE
3 EXTRAGERI DIN URNĂ
6 FEBRUARIE
2 AUTOTURISME
MOTOCICLETE, SCUTERE, TELEVIZOARE, ETC.

PREMIILE CONCURSULUI PRONOEXPRES NR. 5 DIN 30 IANUARIE 1963

Categoria a II-a 4 variante a cîte 13.568 lei.

Categoria a III-a 74 variante a cîte 789 lei.

Categoria a IV-a 259 variante a cîte 290 lei.

Categoria a V-a 1 216 variante a cîte 61 lei.

Categoria a VI-a 4 272 variante a cîte 36 lei.

Tragerea concursului special Pronoexpres din 6 februarie, la care se atribuie numeroase premii suplimentare printre care 2 autoturisme, motociclete, etc., etc., va avea loc în București, str. Doamnei nr. 2, orele 19.

Iată cum arată o variantă cu toate rezultatele exacte, la concursul Pronosport nr. 5 din 3 februarie 1963:

1. Juventus—Fiorentina	0-0	x
2. Atalanta — Milan	2-2	x
3. Internazionale — Catania	2-1	1
4. Mantova — Torino	1-1	x
5. Modena — Roma	1-3	2
6. Napoli — Spal	2-0	1
7. Sampdoria — Lanerossi	1-3	2
8. Venezia — Genoa	Anulat	
9. Catanzaro — Bari	0-0	x
10. Lucchese — Brescia	Anulat	
11. Messina — Cagliari	1-0	1
12. Padova — Parma	Anulat	
Sp. Palermo — Bologna	0-0	x

Deoarece meciurile 8, 10 și 12 au fost anulate toate variantele jucate primesc pronostic exact la aceste meciuri.

Depunerea buletinelor cîștigătoare se face la agențiile autorizate pînă joi 7 februarie a. c., orele 13.

(Rubrică redactată de Loto-Pronosport)